

**PERANCANGAN BUKU VISUAL
EDUKASI *MENSTRUAL HYGIENE***



PERANCANGAN

Oleh :

**Gintari Dian Ayuranti
NIM 131 2261 024**

**PROGRAM STUDI S-1 DESAIN KOMUNIKASI VISUAL
JURUSAN DESAIN FAKULTAS SENI RUPA
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA
2020**

Tugas Akhir Karya Desain berjudul :

PERANCANGAN BUKU VISUAL EDUKASI *MENSTRUAL HYGIENE*
diajukan oleh Gintari Dian Ayuranti, NIM 131 2261 024, Program Studi S-1
Desain Komunikasi Visual, Jurusan Desain, Fakultas Seni Rupa Institut Seni
Indonesia Yogyakarta (Kode Prodi: 90241), telah dipertanggungjawabkan di
depan Tim Penguji Tugas Akhir pada tanggal 7 Januari 2020 dan dinyatakan telah
memenuhi syarat untuk diterima.

Pembimbing I/Anggota



Hesti Rahayu, S.Sn., MA

NIP. 19740730 199802 2 001/NIDN. 0030077401

Pembimbing II/Anggota



FX Widyatmoko, S.Sn., M.Sn.

NIP: 19750710 200501 1001/NIDN. 0010077504

Cognate/Anggota



Dr. IT. Sumbo Tinarbuko, M.Sn.

NIP. 19660404 199203 1 003/NIDN. 0001046616

Ketua Program Studi S-1

Desain Komunikasi Visual/ Anggota



Indiria Maharsi, S.Sn., M.Sn.

NIP: 19720909 200812 1001/NIDN. 0009097204

Ketua Jurusan Desain



Martino Dwi Nughroho, S.Sn., MA.

NIP: 19770315 200212 1005/NIDN. 0015037702



Mengetahui,

Dekan Fakultas Seni Rupa
Institut Seni Indonesia Yogyakarta

Dr. Suastiwi, M.Des.

NIP: 19590802 198803 2 002/NIDN. 0002085909

Perancangan tugas akhir ini saya persembahkan
Teruntuk Keluargaku Tercinta
Allah SWT, Mama, Papa, Kakak, Teman Hidupku....

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia yang telah diberikan sehingga penulis mampu menyelesaikan dan menyusun karya perancangan Tugas Akhir yang berjudul “Perancangan Buku Visual Edukasi *Menstrual Hygiene*” dapat diselesaikan dengan baik dan lancar.

Tujuan dan maksud diciptakannya Perancangan Tugas Akhir ini antara lain digunakan untuk memenuhi persyaratan akademis serta menyelesaikan program Studi Strata I pada Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta. Dalam Tugas Akhir ini, penulis menyadari bahwa penyusunan laporan ini masih jauh dari kata sempurna dan masih adanya banyak kekurangan, selain itu hambatan dan kesulitanpun masih banyak ditemui penulis. Oleh karena itu, diharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sehingga terciptanya Tugas Akhir ini menjadi lebih baik dan bermanfaat ke depannya. Penulis memohon maaf, apabila ada kekurangan dan kelebihan dalam penyusunan laporan Tugas Akhir ini.

Yogyakarta, 7 Januari 2020

Gintari Dian Ayuranti

NIM. 131 2261 024

UCAPAN TERIMA KASIH

Atas terselesaikannya perancangan Tugas Akhir ini tentunya tidak lepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besar-nya kepada:

1. Prof. Dr. M. Agus Burhan, M. Hum, selaku Rektor Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
2. Dr. Suastiwi, M.Des., selaku Dekan Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta
3. Martino Dwi Nugroho, S.Sn. M.A., selaku Ketua Jurusan Desain, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
4. Indiria Maharsi, S.Sn, M.Sn., selaku Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual.
5. Andi Haryanto, S.Sn, M.Sn. selaku dosen wali.
6. Hesti Rahayu, S.Sn., MA., selaku dosen pembimbing I, atas segala bantuan, bimbingan, semangat dan motivasi sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
7. FX Widyatmoko, M.Sn., selaku dosen pembimbing II, atas segala bantuan, bimbingan, semangat dan motivasi sehingga Tugas Akhir ini dapat diselesaikan dengan lancar dan lebih baik.
8. Drs. Asnar Zacky, M.Sn, selaku mentor dalam berkarya dan mentor membagi pengalaman.
9. Seluruh dosen dan staf di Program Studi Desain Komunikasi Visual, Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
10. Mamaku tercinta, Ibu Lilik Sulastri, yang telah mendampingi, mendukung dan mendoakan untuk kelancaran Tugas Akhir ini.
11. Papaku tercinta, Bapak Soegiarto, yang selalu sabar memotivasi dan mendoakan untuk kelancaran Tugas Akhir ini.
12. Kakakku tercinta, Mas Linggar Eka Setyanto, yang selalu mendukung untuk kelancaran Tugas Akhir ini.

13. Teman hidupku, Zulkafy Rahmatilah, yang selalu setia menemani dan memberi semangat untuk kelancaran Tugas Akhir ini.
14. Adik berbuluku tercinta, Milo, yang selalu menghibur kehidupanku.
15. Sahabatku tercinta, yang selalu membantu, dan memberi semangat, Ramadhani Kusumaningrum, Anisa Novia Andari dan Yoga Sasmita.
16. Teman seperjuangan arek Malang, Hemmy Rahmania, yang saling memberi motivasi dalam menghadapi perjuangan Tugas Akhir.
17. Teman satu kosku tercinta, Sherihan W., yang memberi dukungan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
18. Teman-teman Angkatan 2013 Pensil Kayu.
19. Ibu Westiani, selaku pendiri Biyung yang telah bersedia membagi ilmu pengetahuan dan pengalaman mengenai seputar pembalut kain (*reuseable cloths pad*).
20. Kak Nacita Putri dan Kak Syndhire, selaku teman *online* pengguna *menstrual cup* yang bersedia berbagi pengetahuan dan pengalamannya.
21. Berbagai instansi yang telah membantu proses pengumpulan data.
22. Terima Kasih pula kepada seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, semoga kebaikan kalian dibalas oleh Allah SWT.

Yogyakarta, 7 Januari 2020

Gintari Dian Ayuranti

NIM. 131 2261 024

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Gintari Dian Ayuranti
NIM : 131 2261 024
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Seni Rupa
Jenis : Tugas Akhir Perancangan Karya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir perancangan yang berjudul **PERANCANGAN BUKU VISUAL EDUKASI *MENSTRUAL HYGIENE*** yang diciptakan untuk melengkapi persyaratan menjadi Sarjana Desain pada Program Desain pada Program Studi Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Rupa Indonesia Yogyakarta. Penyusunan laporan dan hasil akhir karya merupakan hasil pemikiran oleh penulis sendiri dan belum pernah dipublikasikan dalam bentuk apapun baik dilingkungan Institut Seni Indonesia maupun di perguruan tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian sumber informasi yang dicantumkan sebagai acuan mengikuti tata cara dan etika penulisan karya ilmiah pada umumnya.

Yogyakarta, 7 Januari 2020

Gintari Dian Ayuranti
NIM. 131 2261 024

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Gintari Dian Ayuranti
NIM : 131 2261 024
Program Studi : Desain Komunikasi Visual
Fakultas : Seni Rupa
Jenis : Tugas Akhir Perancangan Karya

Demi pengembangan ilmu pengetahuan dan informasi seputar kesehatan terutama mengenai *Menstrual Hygiene*, saya menyerahkan karya ilmiah berupa Tugas Akhir dengan Judul “**Perancangan Buku Visual Edukasi *Menstrual Hygiene***”. Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas kepada Perpustakaan ISI Yogyakarta atas penulisan hak untuk mengelola, menyimpan mengalihkan ke bentuk lain dan mendistribusikan secara terbatas tanpa perlu meminta ijin dari saya ataupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai perancang karya ilmiah ini.
2. Bersedia menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan ISI Yogyakarta dan semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atau pelanggaran hak cipta dan karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat dimanfaatkan sebagaimana semestinya.

Yogyakarta, 7 Januari 2020

Gintari Dian Ayuranti
NIM. 131 2261 024

ABSTRAK

Menstrual hygiene atau higiene menstruasi adalah aspek penting dari higiene personal untuk kaum perempuan saat mengalami siklus menstruasi antara *menarche* dan *menopause*. Selama masa menstruasi memperhatikan higiene adalah hal yang sangat penting, karena bila penanganan selama menstruasi kurang tepat atau kurang steril maka dapat mengakibatkan gangguan pada organ reproduksi. Terutama dalam memilih alat sanitasi menstruasi yang tepat untuk membantu menghadapi masa menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk memberi wawasan guna mengetahui secara mendalam mengenai ragam jenis alat sanitasi menstruasi.

Pengetahuan alat sanitasi menstruasi kini mulai diminati kaum perempuan melalui jejaring sosial, namun belum ada dalam media berupa buku. Melihat adanya ketertarikan minat ingin lebih mengenal dan memahami alat sanitasi menstruasi secara mendalam. Oleh karena itu penulis menawarkan solusi untuk merancang buku visual edukasi seputar higiene menstruasi yang memuat pengetahuan umum yang perlu diketahui.

Perancangan ini menggunakan metode deskriptif dengan data kualitatif. Pengumpulan data yakni melalui studi literatur, observasi, menyebar kuisioner *online*, dan wawancara. Hasil akhir penelitian adalah konklusi berupa konsep perancangan buku visual edukasi *menstrual hygiene* bagi perempuan. Perangkat lunak yang digunakan pembuatan buku adalah adobe photoshop.

Buku visual edukasi '*Menstrual Hygiene*' ini adalah sebagai pelopor pertama dalam media buku yang membahas secara informatif dan mendalam mengenai beragamnya jenis alat sanitasi menstruasi, dari pembalut sekali pakai, tampon, *menstrual cup*, hingga pembalut kain. Perempuan memiliki daya untuk memilih alat sanitasi yang tepat dan terbaik baginya, demi menghadapi siklus menstruasi dengan aman dan nyaman.

Kata kunci: Higiene Menstruasi (*menstrual hygiene*), Pembalut, Tampon, *Menstrual Cup*, Pembalut Kain, Perempuan, Buku Edukasi

ABSTRACT

Menstrual hygiene or menstrual hygiene is an important aspect of personal hygiene for women when experiencing a menstrual cycle between menarche and menopause. During menstruation pay attention to hygiene is very important, because if handling during menstruation is not appropriate or less sterile, it can cause interference with the reproductive organs. Especially in choosing the right menstrual sanitation tool to help deal with menstruation. The purpose of this study is to provide insights in order to know in depth about the various types of menstrual sanitation equipment.

Knowledge of menstrual sanitation tools is now beginning to be of interest to women through social networks, but not yet in the media in the form of books. Seeing an interest in wanting to get to know and understand menstrual sanitation tools in depth. Therefore, the authors offer solutions for designing visual educational books about menstrual hygiene that contain general knowledge that needs to be known.

This design uses descriptive methods with qualitative data. Data collection is through the study of literature, observation, spreading online questionnaires, and interviews. The final result of the research is the conclusion in the form of designing a visual book for menstrual hygiene education for women. The software used to make books is Adobe Photoshop.

This visual educational book of 'Menstrual Hygiene' is the first forerunner in a media book that discusses informally and in-depth about the various types of menstrual sanitation equipment, from disposable sanitary napkins, tampons, menstrual cups, to cloth pads. Women have the power to choose the right and best sanitation equipment for them, in order to face the menstrual cycle safely and comfortably.

Keywords: *Menstrual Hygiene, Sanitary Pads, Tampons, Menstrual Cups, Cloth Pads, Women, Educational Books*

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Halaman Persembahan	iii
Kata Pengantar	iv
Ucapan Terima Kasih	v
Pernyataan Keaslian Karya	vii
Abstrak	ix
<i>Abstract</i>	x
Daftar Isi	xi
Daftar Gambar	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Batasan Masalah	5
D. Tujuan Perancangan	6
E. Manfaat Perancangan	6
F. Metode Perancangan	7
G. Metode Analisis Data	8
H. Skematika Perancangan	9
BAB II. IDENTIFIKASI DAN ANALISIS DATA	10
A. Identifikasi Data	10
1. Tinjauan Tabu	10
a. Definisi Tabu	10
b. Tabu untuk Perempuan	11
c. Tabu terhadap Menstruasi	12
d. Tabu Menstruasi dalam Agama	15
e. Upaya Melawan Tabu Menstruasi	17

2. Tinjauan Edukasi	20
a. Definisi Edukasi	20
b. Tujuan Edukasi Kesehatan	21
c. Sasaran Edukasi Kesehatan	21
3. Kesehatan Reproduksi Perempuan	22
a. Tujuan Kesehatan Reproduksi	22
b. Tindakan Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi	22
4. Tinjauan Menstruasi	23
a. Definisi Menstruasi	23
b. Siklus Menstruasi	23
c. Gejala Infeksi Menstruasi	24
d. Arti Warna dan Tekstur Darah Menstruasi	25
e. Cara Menjaga Kesehatan Vagina selama Menstruasi	26
f. Penyebab Infeksi saat Menstruasi	26
g. Cara Menghindari Alergi Kulit	27
5. Tinjauan Pembalut Menstruasi	27
a. Sejarah Pembalut Menstruasi	27
b. Jenis Alat Sanitasi Menstruasi	32
c. Pembalut	32
1) Desain Produk	32
2) Komposisi Pembalut	33
3) Kandungan Bahan Kimia Pembalut	34
d. Tampon	32
1) Desain Produk	36
2) Komposisi Tampon	37
3) <i>Toxic Shock Syndrom</i>	37
e. <i>Menstrual Cup</i>	38
1) Desain Produk	39
2) Komposisi <i>Menstrual Cup</i>	41
3) Cara Penggunaan <i>Menstrual Cup</i>	41
f. Pembalut Kain	43

1) Desain Produk	43
2) Komposisi Pembalut Kain	44
B. Landasan Teori	
1. Tinjauan Desain Buku	44
a. Definisi Desain Buku	44
b. Peran Ilustrasi	45
2. Tinjauan Ilustrasi	44
a. Definisi Ilustrasi	48
b. Teknik Ilustrasi	48
c. Ilustrasi pada Produk <i>Menstrual Hygiene</i>	51
3. Tinjauan Warna	58
a. Definisi Warna	58
b. Psikologi Warna	60
4. Tinjauan Tipografi	66
a. Definisi Tipografi	66
b. Tipografi pada Kemasan <i>Menstrual Hygiene</i>	67
C. Identifikasi Data	69
D. Kesimpulan Analisis	72
BAB III. KONSEP PERANCANGAN	74
A. Tujuan Perancangan	74
B. Konsep Media	75
1. Tujuan Media	75
2. Strategi Media	76
C. Konsep Kreatif	78
1. Tujuan Kreatif	78
2. Strategi Kreatif	78
D. Konsep Visual	79
1. Gaya Ilustrasi	79
2. Visualisasi Warna	81
3. Visualisasi Tipografi	82
4. Layout	82

E. Program Kreatif	84
1. Judul Buku	84
2. Sinopsis Buku	84
3. Storyline	85
4. Isi Buku	94
5. Format Buku	97
6. Anatomi Buku	98
BAB IV. VISUALISASI PERANCANGAN	101
A. Studi Visual	101
1. Endometriosis	101
2. Pembalut	102
3. Tampon	103
4. <i>Menstrual Cup</i>	104
5. Pembalut Kain	105
B. Studi Tipografi	107
C. Visualisasi Warna	109
D. Cover Buku	110
E. Layout Isi Buku	111
F. Media Pendukung	146
BAB V. PENUTUP	147
A. Kesimpulan	147
B. Saran	148
DAFTAR PUSTAKA	149
LAMPIRAN	151

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Foto Kampanye <i>Menstrual Hygiene</i>	17
Gambar 2. Situs Laman Menstrupedia	18
Gambar 3. Situs Laman <i>Plan International</i>	19
Gambar 4. Sejarah Pembalut Kuno	28
Gambar 5. Sejarah Pembalut ‘ <i>Kotex Belt</i> ’	29
Gambar 6. Sejarah Pembalut ‘ <i>Tampon Tampax</i> ’	29
Gambar 7. Sejarah Pembalut ‘ <i>Softex</i> ’	30
Gambar 8. Sejarah Pembalut ‘Produk <i>Menstrual Cup</i> ’	31
Gambar 9. Pembalut ‘Jenis Pembalut’	32
Gambar 10. Pembalut ‘Lapisan Pembalut’	33
Gambar 11. Pembalut ‘Proses <i>Bleaching</i> ’	35
Gambar 12. Tampon dan Aplikatornya	36
Gambar 13. Tampon ‘Komposisi Tampon’	37
Gambar 14. <i>Menstrual Cup</i> ‘ <i>Berbagai Merek</i> ’	39
Gambar 15. <i>Menstrual Cup</i> ‘Bagian dari <i>Menstrual Cup</i> ’	40
Gambar 16. <i>Menstrual Cup</i> ‘Jenis Lipatan’	41
Gambar 17. Pembalut Kain Biyung ‘ <i>Variasi</i> ’	44
Gambar 18. Contoh <i>Vector Art</i>	47
Gambar 19. Contoh Bitmap	47
Gambar 20. Produk Softex	49
Gambar 21. Produk Laurier	50
Gambar 22. Produk Tampax	51
Gambar 23. Produk Intimina	52
Gambar 24. Produk Lunette	53
Gambar 25. Produk <i>Gladraags Pads</i>	54
Gambar 26. Teori Warna	55
Gambar 27. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Merah	57
Gambar 28. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Magenta	58
Gambar 29. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Merah Muda	59
Gambar 30. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Jingga	59
Gambar 31. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Kuning	60
Gambar 32. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Hijau	61
Gambar 33. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Tosca	61
Gambar 34. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Biru	62
Gambar 35. Contoh <i>Menstrual Hygiene</i> warna Ungu	62
Gambar 36. Tipografi Kemasan Laurier	64
Gambar 37. Tipografi Kemasan Softex	64
Gambar 38. Tipografi Kemasan Charm	65
Gambar 39. Tipografi Kemasan Tampax	65
Gambar 40. Tipografi Kemasan Intimina	66
Gambar 41. Referensi Gaya Ilustrasi	78
Gambar 42. Palet Warna Merah Muda	79

Gambar 43. Palet Warna Tosca	79
Gambar 44. Palet Warna Indigo	79
Gambar 45. Palet Warna Kuning	80
Gambar 46. Palet Warna Hitam dan Putih	80
Gambar 47. Logo Penerbit Buku	91
Gambar 48. Data Visual Endometriosis	92
Gambar 49. Sketsa Endometriosis	92
Gambar 50. Final Desain Endometriosis	93
Gambar 51. Data Visual Pembalut	93
Gambar 52. Sketsa Pembalut	93
Gambar 53. Final Desain Pembalut	94
Gambar 54. Data Visual Tampon	94
Gambar 55. Sketsa Tampon	95
Gambar 56. Final Desain Tampon	95
Gambar 57. Data Visual <i>Menstrual Cup</i>	95
Gambar 58. Sketsa <i>Menstrual Cup</i>	96
Gambar 57. Final Desain <i>Menstrual Cup</i>	96
Gambar 59. Data Visual Pembalut Kain	96
Gambar 60. Sketsa Pembalut Kain	97
Gambar 61. Final Desain Pembalut Kain	97
Gambar 62. Pengembangan Visual Tipografi	98
Gambar 63. Final Desain Judul Buku	99
Gambar 64. Hasil Kuisisioner Nama dan Jumlah Responden	150
Gambar 65. Hasil Kuisisioner Usia Responden	150
Gambar 66. Hasil Kuisisioner Perbedaan Siklus	150
Gambar 67. Hasil Kuisisioner Pilihan Alat Sanitasi	151
Gambar 68. Hasil Kuisisioner Pengetahuan Kandungan Pembalut	151
Gambar 69. Hasil Kuisisioner Keluhan Alat Sanitasi	151
Gambar 70. Hasil Kuisisioner Keresahan Iritasi	152
Gambar 71. Hasil Kuisisioner Pengaruh Alat Sanitasi	152
Gambar 72. Display Pameran Tugas Akhir	153
Gambar 73. Hasil Karya Tugas Akhir	153
Gambar 74. Hasil Karya Tugas Akhir	154
Gambar 75. Dokumentasi Foto Dosen Pembimbing	154
Gambar 76. Dokumentasi Foto Pribadi	154

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani yaitu *personal* yang artinya perorangan dan *hygiene* berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu usaha memelihara kebersihan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Tarwoto dan Wartonah, 2010). Perilaku *personal hygiene* menstruasi adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada daerahewanitaan saat menstruasi, perilaku tersebut mencakup menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut, mandi dua kali sehari (Pribakti, 2008). Di Indonesia istilah "*Menstrual Hygiene*" atau perilaku hidup sehat dalam menghadapi masa menstruasi masih sangat jarang didengungkan. Isu ini merupakan agenda penting bagi kegiatan sanitasi khususnya yang berkaitan dengan perubahan perilaku masyarakat.

Menstruasi adalah perdarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus. Fungsi menstruasi normal merupakan hasil interaksi antara hipotalamus, hipofisis, dan ovarium dengan perubahan-perubahan terkait pada jaringan sasaran pada saluran reproduksi normal, ovarium memainkan peranan penting dalam proses ini, karena tampaknya bertanggung jawab dalam pengaturan perubahan-perubahan siklus maupun lama siklus menstruasi (Greenspan, 1998). Menstruasi dalam lintasan sejarah, dianggap sebagai suatu simbol dengan makna dan mitos. Hampir setiap suku bangsa, agama, dan kepercayaan mempunyai konsep dan perlakuan khusus terhadap menstruasi. Di Indonesia, masih menganggap menstruasi menjadi hal tabu (*menstrual taboo*) untuk diperbincangkan secara terbuka, sehingga menstruasi sering diistilahkan dengan ‘datang bulan’, ‘lagi dapet’, ‘kedatangan tamu’, ‘halangan’ dan lain sebagainya.

Istilah ‘tabu menstruasi’ atau *menstrual taboo* adalah istilah yang sering digunakan untuk menggambarkan kebiasaan masyarakat atau agama

dalam mencegah atau melarang diskusi tentang menstruasi yang terjadi dalam kehidupan semua perempuan antara usia 10 hingga 55 tahun. *Menstrual taboo* merupakan cerminan dari sikap masyarakat yang ambigu terhadap perempuan saat mengalami menstruasi dianggap kotor dan terkena kekuatan jahat sehingga perlu dijaui (Freud : 1913). Banyak masyarakat di dunia, khususnya masyarakat Indonesia, menstruasi juga masih dianggap tabu dengan cara yang sama seperti seks, aborsi, atau bunuh diri. Adanya tabu mengenai menstruasi menyebabkan banyak dari perempuan di Indonesia kurang mengenal istilah *menstrual hygiene* secara mendalam akan bagaimana menghadapi menstruasi dengan cara sehat dan benar.

Di Indonesia masyarakat menyadari peran penting penggunaan pembalut dikarenakan setiap perempuan selalu mengenakan pembalut sebagai alat sanitasi untuk alasan kesehatan dan kebersihan saat mengalami menstruasi. Pembalut atau *sanitary napkins* sendiri adalah jenis alat sanitasi yang berfungsi untuk menyerap darah, pembalut sekali pakai ini pada awalnya terbuat dari wol kapas atau serabut berbentuk persegi panjang yang ditutupi lapisan penyerap. Mengikuti perkembangan zaman, bahan pembalut kini tidak sepenuhnya 100% wol kapas, tetapi terbuat dari material sintetis yang berlapis dan memiliki daya serap tinggi, selain itu muncul variasi pembalut mengikuti kebutuhan pengguna seperti *pantyliner*, *regular*, *heavy flow*, *overnight pads*, *perfumed pads*, dan *herbal pads*.

Berdasarkan penelitian oleh Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) menyatakan bahwa terdapat sembilan merek pembalut dan tujuh merek *pantyliner* yang dijual di Indonesia mengandung zat berbahaya, salah satunya *klorin*. *Klorin* adalah zat berbahaya bagi kesehatan reproduksi, penggunaan klorin secara terus-menerus bisa mengakibatkan reaksi alergi, keputihan, gatal-gatal, iritasi kulit, bahkan kanker. Tulus Abadi, Ketua Harian YKLI juga menyebutkan bahwa klorin yang terdapat pada *dioksin* adalah zat bersifat karsinogenik. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 472/MENKES/PER/V/1996 tentang pengamanan bahan berbahaya bagi kesehatan, mencantumkan *klorin* sebagai bahan kimia bersifat racun dan iritasi. Untuk pembalut sekali pakai, haruslah bersih dan tidak

mengandung kotoran atau zat asing, tidak berbau, hingga tidak menyebabkan iritasi atau efek yang dapat membahayakan bagi organ intim perempuan.

Meskipun pembalut memiliki kekurangan pada bahan-bahannya yang mengakibatkan iritasi kulit akibat mengandung bahan kimia dan menjadi sumbangan sampah sulit terurai pada lingkungan karena hanya sekali pakai. Pembalut tetaplah pilihan aman bagi perempuan yang memiliki masalah dalam organ internal seperti, miom, tumor, maupun kista untuk menghindari reaksi di dalam vagina, karena pembalut merupakan produk eksternal yang digunakan di luar organ perempuan. Namun, tentunya masyarakat memiliki persepsi dan pilihan tersendiri akan pengguna alat sanitasi dalam *menstrual hygiene* yang lain, seperti tampon, cawan menstruasi (*menstrual cup*), maupun pembalut kain (*reusable cloth pads*) yang di Indonesia juga sudah memiliki konsumennya tersendiri.

Dalam artikel Vice.com yang membahas “Kenapa ya di Indonesia tampon kalah populer dibanding pembalut?” menunjukkan bahwa ada beberapa perempuan yang sudah menjadi pengguna tampon di Indonesia, salah satunya menyatakan bahwa mayoritas perempuan di Indonesia tidak menggunakan tampon karena sedikitnya pengetahuan menstruasi mengenai pengenalan alat sanitasi menstruasi tampon. Menurutnya tampon dianggap memiliki stigma negatif sehingga masih banyak yang ragu untuk menggunakan sebagai alternatif *menstrual hygiene*. Beberapa perempuan berpendapat memilih tampon dikarenakan dianggap lebih praktis terutama saat bepergian, resiko bocor sedikit karena menyerap darah lebih bagus, terutama pada saat beraktivitas olahraga maupun tidur. (https://www.vice.com/id_id/article/z4k4d5/kenapa-ya-di-indonesia-tampon-kalah-populer-dibanding-pembalut, diakses pada 6 September 2019). Tampon sendiri adalah jenis “pembalut” berbentuk silinder terbuat dari kapas. Gunanya sama seperti untuk menyerap darah, yang cara penggunaannya dimasukkan ke dalam lubang vagina untuk “menyumbat” vagina. Dengan bentuk silindernya, tampon mudah dimasukkan ke dalam vagina, karena didesain khusus sesuai bentuk vagina.

Dalam setahun terakhir, terdapat jenis alat sanitasi *menstrual hygiene* yang kini mulai dibahas masyarakat Indonesia, yaitu *menstrual cup* atau cawan menstruasi yang bentuknya seperti corong minyak, dengan ukuran lebih kecil dan terbuat dari silikon berbahan aman untuk tubuh. Alat ini digunakan untuk “menadah” darah selama menstruasi. Berbeda dengan pembalut, *menstrual cup* nyatanya tidak mengandung bahan pemutih seperti yang terdapat pada kandungan bahan pembalut. Selain itu, cangkir menstruasi ini juga bebas pewangi buatan yang mana terbuat dari bahan kimia. Selain bebas dari bahan kimia yang berbahaya bagi vagina, cangkir menstruasi ini terbuat dari bahan silikon yang aman. Dikarenakan terbuat dari silikon berstandar medis, maka bisa digunakan lebih dari sekali. Cara penggunaan tampon dan *menstrual cup* yang sama, sering dianggap tabu dalam perspektif virginitas (keperawanan). Pasalnya, tidak sedikit beranggapan bahwa memasukkan sesuatu ke dalam vagina bisa merusak selaput dara, sehingga tidak perawan lagi. Pada kenyataannya, menurut Dokter Fadhli Rizal Makarim, penggunaan tampon dan *menstrual cup* tidak merusak selaput dara.

Tiap aspek pada alat sanitasi menstruasi memiliki kelebihan dan kekurangan tersendiri yang dapat disesuaikan dengan kepribadian penggunanya masing-masing, dikarenakan tiap individu memiliki minat yang berbeda pada kesehatan maupun terhadap lingkungan. Namun, mayoritas perempuan di Indonesia masih memilih menggunakan pembalut karena paling mudah ditemui, dianggap bersih dan daya serapnya tinggi, walaupun mengandung bahan kimia. Sedangkan, tampon, dan cawan menstruasi (*menstrual cup*), masih jarang digunakan, karena sedikitnya pengetahuan seputar *menstrual hygiene*, serta cara penggunaannya masih dianggap tabu, sehingga menyebabkan kedua produk *menstrual* tersebut menjadi kurang diperhatikan oleh masyarakat. Faktanya di luar negeri tampon dan *menstrual cup* sudah menjadi produk yang biasa digunakan karena dianggap lebih praktis dan penggunanya memiliki persepsi berbeda akan manfaatnya, seperti tampon yang cocok untuk aktivitas berat *outdoor*, sedangkan *menstrual cup* memiliki manfaat yang lebih baik yaitu ramah lingkungan, *reusable* dan tidak mengandung bahan kimia dibandingkan dengan pembalut biasa.

Berdasarkan masalah yang diangkat, diperlukan solusi yang bisa digunakan perempuan Indonesia untuk mengatasi masalah tersebut, salah satunya dengan memberi pilihan alternatif alat sanitasi dalam *menstrual hygiene* seperti tampon, cawan menstruasi (*menstrual cup*), maupun pembalut kain (*reusable cloth pads*) untuk memberi kebebasan dalam memilih produk menstruasi yang paling sesuai dengan kebutuhan pribadi. Namun, hanya sebagian kecil perempuan di Indonesia yang sekedar mengetahui, tanpa mengerti bagaimana cara penggunaan, dan manfaat yang sebenarnya. Oleh karena itu, perlu suatu media yang tepat untuk menyampaikan pengetahuan seputar manfaat tampon, cawan menstruasi (*menstrual cup*), maupun pembalut kain (*reusable cloth pads*) sebagai alternatif alat sanitasi dalam *menstrual hygiene* yang masih jarang diketahui masyarakat di Indonesia.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana merancang buku visual edukasi *menstrual hygiene* sebagai pengenalan alternatif alat sanitasi dalam menghadapi periode menstruasi?

C. Tujuan Perancangan

Tujuan dari perancangan ini adalah merancang buku visual yang menarik, mampu menyampaikan informasi mengenai seputar pengetahuan *menstrual hygiene* yaitu pembalut, tampon, cawan menstruasi (*menstrual cup*), maupun pembalut kain (*reusable cloth pads*) yang masih sangat jarang diketahui secara mendalam oleh perempuan di Indonesia, sebagai solusi untuk memberi wawasan dan daya dalam memilih alat sanitasi menstruasi yang sesuai dengan kebutuhan pribadi seperti kondisi tubuh, maupun kepribadian. Selain itu, untuk mengedukasi masyarakat agar lebih memperhatikan kesehatan organ reproduksi, karena faktanya terdapat beberapa pembalut memiliki kandungan bahan-bahan kimia berbahaya yang mampu memicu penyakit panggul, iritasi, keputihan, hingga kanker serviks.

Menyajikan pengetahuan alat sanitasi dalam menstruasi dimulai dari penjelasan tiap produk, fungsi desain produk, bahan yang terkandung dalam produk, bagaimana cara penggunaan tiap produk agar nyaman, variasi-variasi bentuk yang menyesuaikan penggunaannya, cara perawatan yang baik, serta keuntungan yang informatif dan mudah dipahami sehingga dapat menarik perempuan Indonesia yang masih awam akan pembalut, tampon, cawan menstruasi (*menstrual cup*), maupun pembalut kain (*reusable cloth pads*) untuk dapat menerapkan pilihan yang tepat dalam menghadapi siklus menstruasi dengan lebih baik, nyaman dan aman.

D. Batasan Masalah

1. Batas pokok bahasan
 - a. Agar perancangan ini tidak melebar, maka masalah yang dibatasi sekilas pengetahuan alat sanitasi dalam *menstrual hygiene* serta penjelasan bagaimana cara menggunakannya, dan beberapa ragam jenisnya yang dikemas dalam bentuk visual informatif dan ilustratif.
 - b. Audiens buku visual *menstrual hygiene* mengenai pengenalan alat sanitasi menstruasi ini ditujukan kepada perempuan dengan usia sekitar 15-50 tahun, dikarenakan periode menstruasi perempuan dimulai sekitar umur 15 tahun hingga mengalami *menopause* sekitar umur 50 tahunan. Namun, lebih diutamakan untuk dewasa muda berusia 20 ke atas yang sudah *sexual active*, menikah maupun melahirkan secara vaginal, karena sudah mampu dan memahami keadaan pada tubuh serta organ intimnya.

E. Manfaat Perancangan

Manfaat perancangan ini dapat dimanfaatkan oleh beberapa pihak, yaitu :

1. Bagi Target Audience
 - a. Sebagai media untuk mengenalkan pola *personal hygiene* atau kebersihan perseorangan akan pilihannya pada *menstrual hygiene* yang beragam.

- b. Menambah pengetahuan tentang beralihnya menggunakan alat sanitasi dalam *menstrual hygiene* dengan menyesuaikan kepribadian, yang mampu menjaga kesehatan organ intim, memberi kebersihan yang berkualitas, menyayangi lingkungan sekitar dan mencegah terjadinya hal yang tidak diinginkan seperti terpicunya penyakit organ intim perempuan.
 - c. Memberi dukungan akan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan melalui edukasi *menstrual hygiene* menuju menstruasi sehat yang mudah diterapkan dalam kehidupan.
2. Bagi Mahasiswa Desain Komunikasi Visual
- a. Dapat dijadikan referensi dan pembelajaran bagi mahasiswa dimana menambah wawasan tentang komunikasi hal-hal yang selama ini dianggap tabu, serta pengetahuan baik tentang teori gambar atau visual maupun tentang efektif dan menariknya media pembelajaran mengenai buku ilustrasi ini.
 - b. Menghadapi topik abstrak yang memerlukan penggambaran simbolik dan mampu memberikan wawasan baru tentang seputar kesehatan perempuan mengenai menstruasi melalui penggunaan *menstrual hygiene* dan mampu menerapkan pada kehidupan sehari-hari.
3. Bagi Institusi
- Sebagai tambahan sumber referensi kepustakaan dan acuan riset mengenai media dan manfaat kesehatan *personal hygiene* untuk perempuan dalam menstruasi melalui penggunaan alat sanitasi *menstrual hygiene*.

F. Metode Perancangan

Agar tujuan dari perancangan ini sesuai dengan yang diharapkan, metode perancangan yang digunakan sebagai berikut :

1. Observasi

Melakukan pengamatan terhadap jenis-jenis buku kesehatan, maupun media lain mengenai seputar menstruasi yang beredar dan mempelajari kelebihan dan kekurangan yang dimiliki oleh buku-buku maupun media lain tersebut serta mengamati pendekatan yang digunakan oleh buku yang

memiliki tema serupa dengan menstruasi.

2. Kuisisioner

Kuisisioner bertujuan untuk mengetahui antusias target audiens khususnya perempuan terhadap tema menstruasi yang diangkat serta mengetahui seperti apa pendekatan yang sesuai dengan khalayak sasaran pada tema tersebut.

3. Instrumen

- a. Alat gambar, dan alat tulis
- b. Komputer, *software*, dan internet
- c. *Scanner*

4. Studi Pustaka

Studi pustaka dengan mengambil beberapa referensi data dan teori. Berguna dalam pembelajaran literatur pada pembuatan perancangan buku visual ini serta sebagai metode analisis terhadap dasar pemikiran.

G. Metode Identifikasi Data

Identifikasi data bertujuan untuk menentukan keseluruhan konsep perancangan supaya dalam proses perancangan tetap fokus pada permasalahan yang diangkat. Analisis berikut menggunakan metode analisis data 5W+1H dengan harapan apa, mengapa, kapan, di mana, siapa, dan bagaimana permasalahan ini disikapi serta dapat diurai dengan jelas, sebagai berikut :

1. *What* : Apa yang akan dibuat?
2. *Why* : Mengapa harus ada perancangan ini?
3. *When* : Kapan akan dipublikasikan?
4. *Where* : Dimana media tersebut nantinya akan dipublikasikan?
5. *Who* : Siapa target *audience*-nya?
6. *How* : Bagaimana membuat perancangan ini?

H. Skematik Perancangan

